nieuws

"Overheid moet maaltijden buitenshuis gezonder maken"

nieuws

De overheid zou meer moeten wegen op de kwaliteit en gezondheid van de maaltijden buitenshuis. “Er zijn onvoldoende maatregelen om gezonde maaltijden buitenshuis betaalbaar te houden en om de verantwoordelijkheid van de sectoren op te volgen”, zegt wetenschapper Carl Lachat van het Instituut voor Tropische Geneeskunde en de Universiteit Gent.

15 DECEMBER 2011 – LAATST BIJGEWERKT OM 4 APRIL 2020 15:02

Lees meer over:
gezondheid

De overheid zou meer moeten wegen op de kwaliteit en gezondheid van de maaltijden buitenshuis. “Er zijn onvoldoende maatregelen om gezonde maaltijden buitenshuis betaalbaar te houden en om de verantwoordelijkheid van de sectoren op te volgen”, zegt wetenschapper Carl Lachat in het onderzoek waarmee hij aan het Instituut voor Tropische Geneeskunde en de Universiteit Gent een doctoraat behaalde.
Een derde van de Belgische bevolking boven de 15 jaar haalt meer dan een kwart van zijn dagelijkse energie uit voedingsmiddelen die buitenshuis genuttigd worden, en in veel landen is dat percentage zelfs nog hoger. Uit wereldwijd onderzoek van Lachat en collega’s was al gebleken dat een maaltijd op restaurant of in de kantine gemiddeld vetter en zouter is, en minder vitamines bevat. Consumenten nuttigen buitenshuis ook te weinig groenten en fruit.
"De overheid kan niet veel doen aan wat we thuis in de privacy van onze keuken uitspoken", beseffen de onderzoekers, "maar op wat restaurants, kantines, frituren en andere commerciële maaltijdmakers aanbieden, zou ze wel invloed kunnen uitoefenen."
De overheid doet echter weinig moeite om de gezondheid van die maaltijden te verhogen. De helft van de Europese landen heeft bijvoorbeeld niet eens richtlijnen voor de cateringsector. Als de overheid al regels uitvaardigt zoals voor gezonde schoolmaaltijden, volgt ze hun impact nauwelijks op.

Een experiment van de onderzoekers in een Gents studentenrestaurant toonde nochtans aan dat je met heel eenvoudige middelen - extra groenten en fruit gratis aanbieden - meteen het eetpatroon van de studenten een stuk gezonder kunt maken, ook op momenten dat er geen gratis aanbod is. Ook ten aanzien van portiegrootte, calorie-inhoud, keuzemogelijkheden en informatie over voedingswaarde zijn eenvoudige ingrepen mogelijk, bracht het onderzoek aan het licht.
Volgens Lachat zijn er kansen voor de cateringsector om in te spelen op de huidige vraag naar gezond buitenshuis eten. "Als de overheid aandacht besteedt aan de samenstelling van buitenhuismaaltijden, en de cateringsector in haar voedingsbeleid betrekt, heeft ze de kans om het eetpatroon en de gezondheid van grote bevolkingsgroepen te verbeteren", is zijn advies.
"Dat geldt niet alleen bij ons, maar over de hele wereld, want ook in ontwikkelingslanden eten de mensen meer en meer buitenshuis, en zijn “westerse” voedingsgebonden ziekten zoals obesitas en hart- en vaatziekten aan een opmars bezig", zegt Lachat. Overgewicht en dieetgebonden chronische ziekten hebben ondervoeding voorbijgestoken als de belangrijkste oorzaak van slechte gezondheid in de wereld.

VILT vzw
Bd Simon Bolivar 17
1000 Bruxelles

Contact
M • info@vilt.be

Volg ons op:
screenreader.visit us on our facebook page: https://www.facebook.com/vilt.nieuws/
screenreader.visit us on our linkedin page: https://www.linkedin.com/company/vilt-vzw/
screenreader.visit us on our instagram page: https://www.instagram.com/vilt.nieuws
screenreader.visit us on our x page: https://x.com/vilt_nieuws
screenreader.visit us on our bluesky page: https://bsky.app/profile/viltnieuws.bsky.social

© 2026 VILT vzw, all rights reserved |